

T3. REHABILITACIÓ AQUÀTICA

Ajuntament
de Martorell

Patronat
Municipal de
Serveis d'Atenció
a les Persones
de Martorell

Programa d'activitat física aquàtica dirigit a persones que requereixin fer una rehabilitació després d'una intervenció quirúrgica que afecti l'aparell locomotor o que presentin patologies que es puguin millorar o solucionar amb un treball de rehabilitació actiu. Sota la prescripció del Servei de Medicina de l'Activitat Física i de l'Esport del Patronat Municipal de Serveis d'atenció a les Persones.

Els beneficis que es poden obtenir participant en aquesta activitat, aprofitant les característiques terapèutiques que proporciona les condicions d'hipogravidesa del medi aquàtic, són:

Col·laborar en el procés de rehabilitació de la lesió i millorar els resultats funcionals.

Característiques :

Abans d'incorporar-se a l'activitat, els participants s'han d'entrevistar amb el responsable del Servei de Medicina Esportiva del Patronat Municipal d'Esports. En aquesta entrevista han d'aportar tota la informació mèdica i les exploracions complementàries (radiografies, ressonàncies, TAC, etc., de que disposin. El metge del Patronat Municipal de Serveis d'atenció a les Persones, especialista en Medicina de l'educació física i l'esport, és qui fa les indicacions i orientacions tècniques complementàries i aquàtiques corresponents al monitor encarregat de dirigir l'activitat a la piscina, i fa el seguiment de l'evolució dels participants.

El contingut de les sessions es planificarà respectant el ritme i les necessitats personals de cadascun dels participants.

Les sessions les dirigeix un monitor especialista en activitats d'aigua i salut.

Per tal de garantir el millor desenvolupament de les sessions, les places estan limitades perquè assisteixin un màxim de 15 participants.

Recomanacions :

- Els participants han de dur banyador, casquet de bany, xancletes i tovallola.
- Totes les sessions comencen puntualment a l'hora programada, la qual no inclou temps d'estada als vestidors; en el cas que s'hagin d'utilitzar cal fer-ho amb antelació a l'hora programada. Es prega la màxima puntualitat a l'hora d'incorporar-se a la sessió.
- Cal que els participants assisteixin amb regularitat a totes les sessions programades.
- Per participar en aquesta activitat es obligatori passar un control mèdic anual en el Servei de Medicina de l'Activitat Física i de l'Esport del Patronat Municipal de Serveis d'atenció a les Persones.

Horaris i grups :

Període: 2 de setembre de 2024 – 25 de juliol de 2025 (Excepte del 23 de desembre de 2024 al 6 de gener de 2025).

Grup	Dies	Hora inici sessió	Durada aproximada	Lloc
Rehabilitació Aquàtica -A-	Dimarts Dijous	15 h	45' a 50'	CE La Vila P-3
Rehabilitació Aquàtica -B-	Divendres	16 h	45' a 50'	CE La Vila P-3
Rehabilitació Aquàtica -C-	Divendres	15 h	45' a 50'	CE La Vila P-3